

Pentingnya kesehatan dan gizi untuk anak usia dini

Cucu Eliyawati

Peranan kesehatan dan gizi

- Kekurangan gizi, penyebab utama kematian bayi dan anak dampaknya berkurangnya kuantitas SDM di masa depan
- meningkatnya angka kesakitan berdampak menurunnya produktivitas kerja manusia sehingga menambah beban pemerintah untuk meningkatkan fasilitas kesehatan
- Kekurangan gizi, menurunnya tingkat kecerdasan anak, menurunnya kualitas manusia usia muda artinya hilangnya potensi cerdas pandai bagi pembangunan

■ **Pentingnya pengetahuan gizi dan kesehatan**

- Adanya hubungan kesehatan seseorang dengan kebutuhan gizi untuk pemeliharaan kesehatan (gizi yang cukup penting bagi kesehatan dan kesejahteraan)
- Setiap orang akan cukup gizi jika makanannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan (perlunya pengetahuan gizi)
- Ilmu gizi memberikan fakta untuk belajar menggunakan pangan (perbaikan gizi)

- **Tujuan pendidikan kesehatan dan gizi untuk anak usia dini**
 - Meningkatkan kesehatan dan perkembangan anak
 - Menanamkan kebiasaan hidup sehat dan cara-cara makan yang baik
 - Mengembangkan pengetahuan dan sikap tentang peranan makanan bergizi bagi kesehatan
 - Membantu anak-anak memperoleh pengetahuan dan keterampilan berkaitan dengan konsumsi pangan bergizi
 - Mengubah kebiasaan yang salah disesuaikan dengan norma-norma kesehatan dan gizi
 - Lebih dini karena anak pemikirannya yang terbuka

Pembinaan kesehatan

- promotif

penekanan pada upaya penanaman hidup sehat

- preventif

upaya pencegahan penyakit

- kuratif

upaya pertolongan pertama untuk mendapatkan pengobatan lebih lanjut